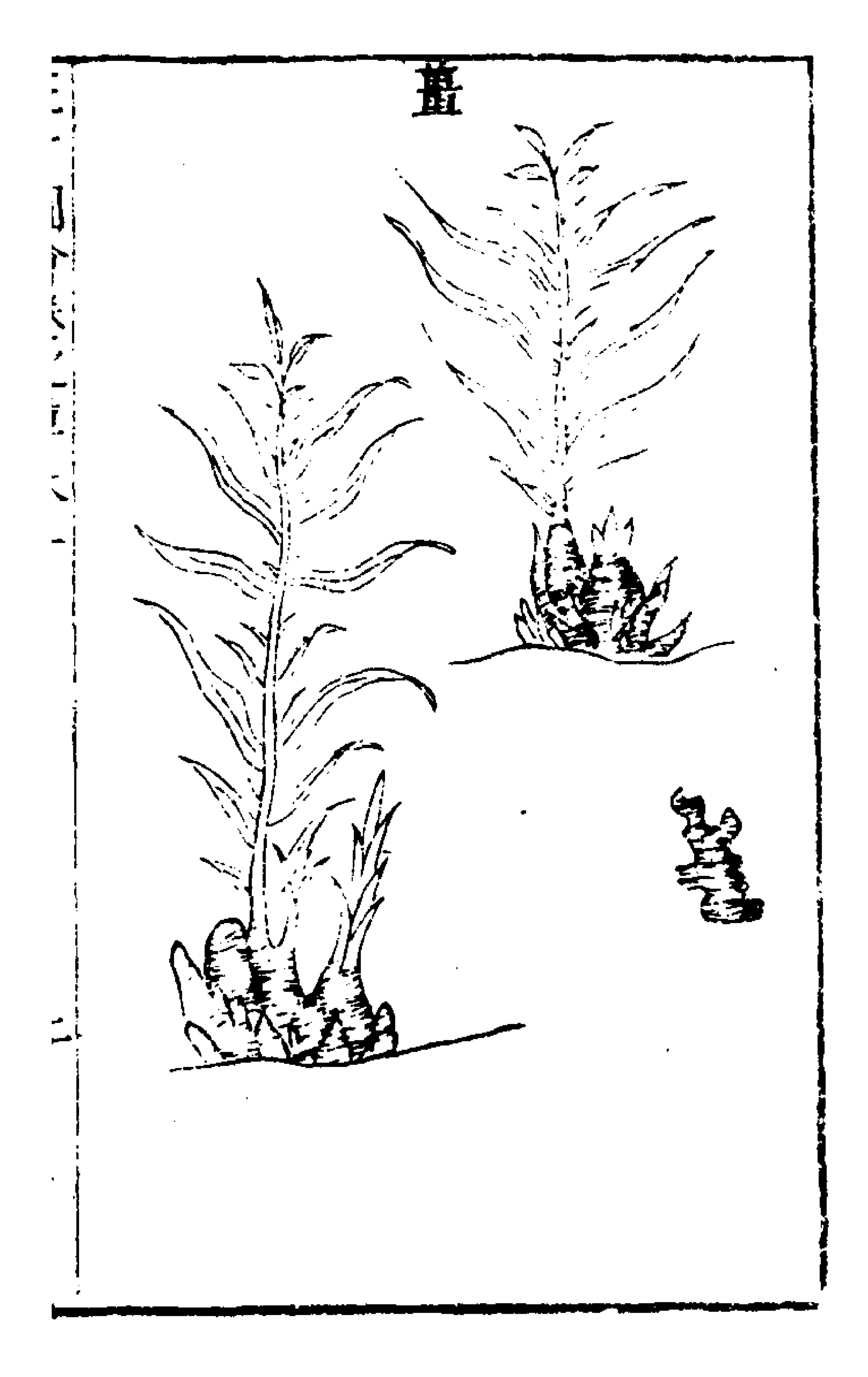

三才圖會

雲間允明父王思義續集

草木十卷 蔬類

薑　冬葵　莧　蕪菁　瓜
芥　菘菜　龍葵　葱　韭薤　白蘘荷
假蘇 又蘇水蘇　香薷　薄荷　葫　蒜
蘩蔞　蕺菜　馬蘭頭　茄　蕨
同蒿　菠菜　胡荽　苜蓿　萵苣菜
鹿角菜　蓴菜　瓠　稨豆　甜菜

紫豇豆　刀豆　苦蕒　水蘄　地瓜兒
薺菜　蔄蒿　鵞兒腸　佛指甲　虵葡萄
鐵掃帚　苧　野胡蘿蔔　野山藥
鷄腿兒　絲瓜　老鴉蒜　甘露　慈菰
芋、　天藕兒　野落籬　眼子菜　浮薔
牛尾温　水萊　狗脚跡　烏藍檐　碎米薺
燈蛾兒


薑

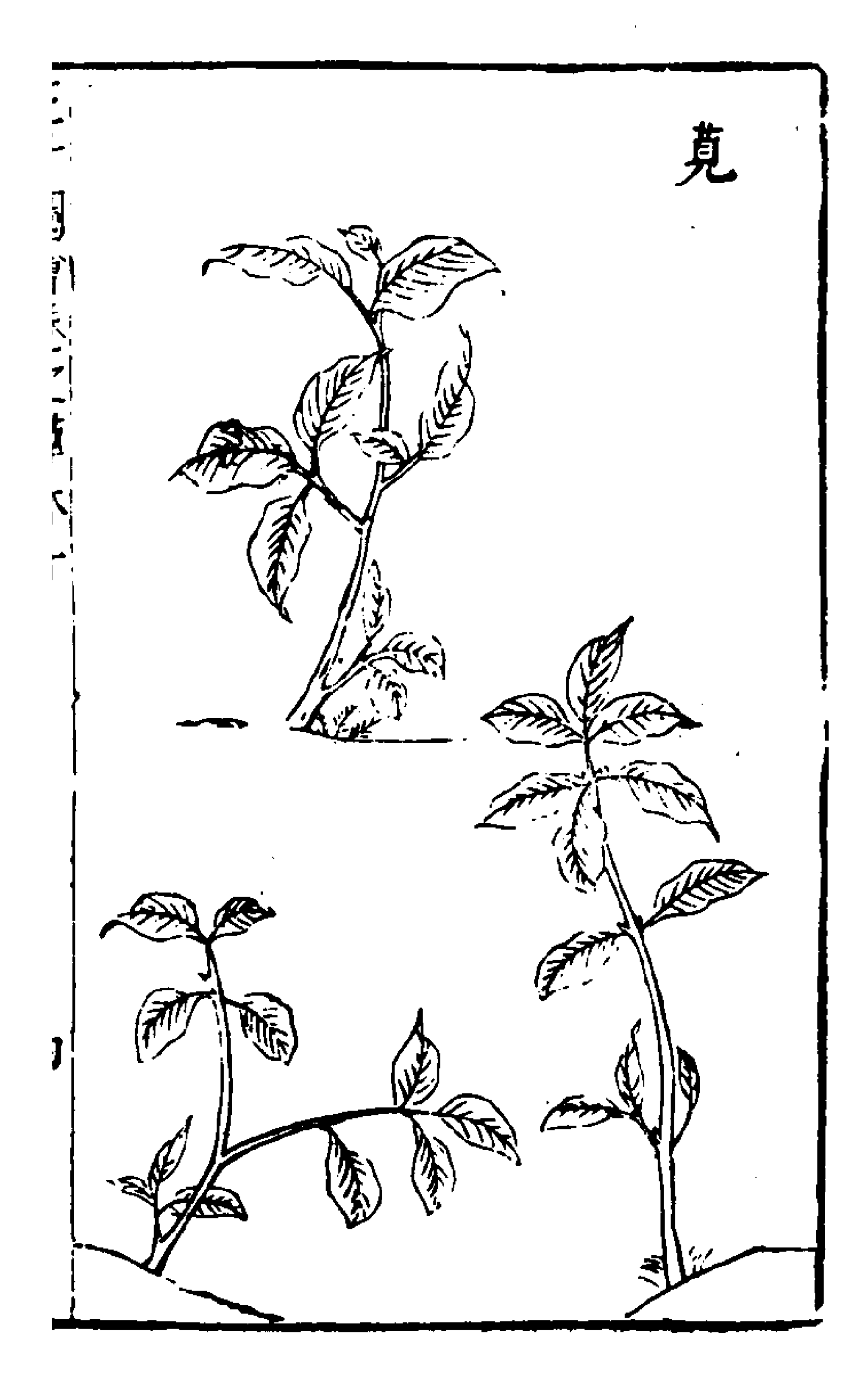
薑

生薑生犍爲山谷及荊州楊州苗高二三尺葉似箭竹葉而長兩兩相對苗青根黄無花實秋採根於長流水洗過日曬爲乾薑生薑味辛微温主傷寒頭痛鼻塞咳逆上氣止嘔吐久服去臭氣通神明


冬葵

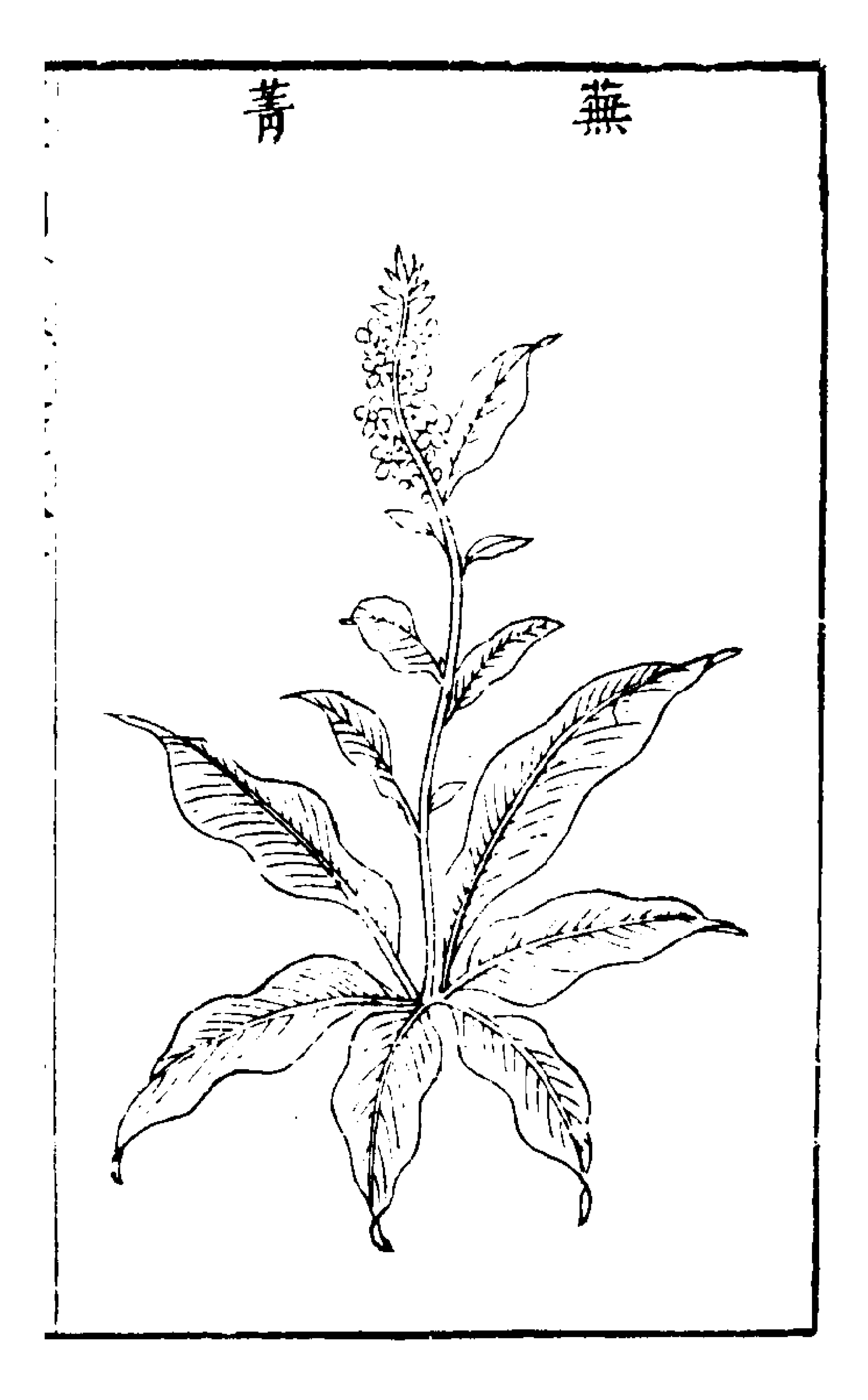
冬葵子

冬葵子生少室山秋種經冬至春作子者謂之冬葵子苗葉作菜茹更甘美性滑利能宣導積壅仍利小腸孕婦臨產煑葉食之則胎滑易產暴乾葉及燒灰同作末主金瘡根主惡瘡小兒吞錢煑汁飲之立出有蜀葵花有五色白者主痎瘧及邪熱陰乾末服之黄者主瘡癰乾末水調塗之立愈小花者名錦葵功用更强黄葵子主淋瀝又令婦人易產又有終葵大莖小葉紫黄色吳人呼爲繁露一名承露可作口脂又有兎葵似葵而葉小葉主淋瀝熱結


莧

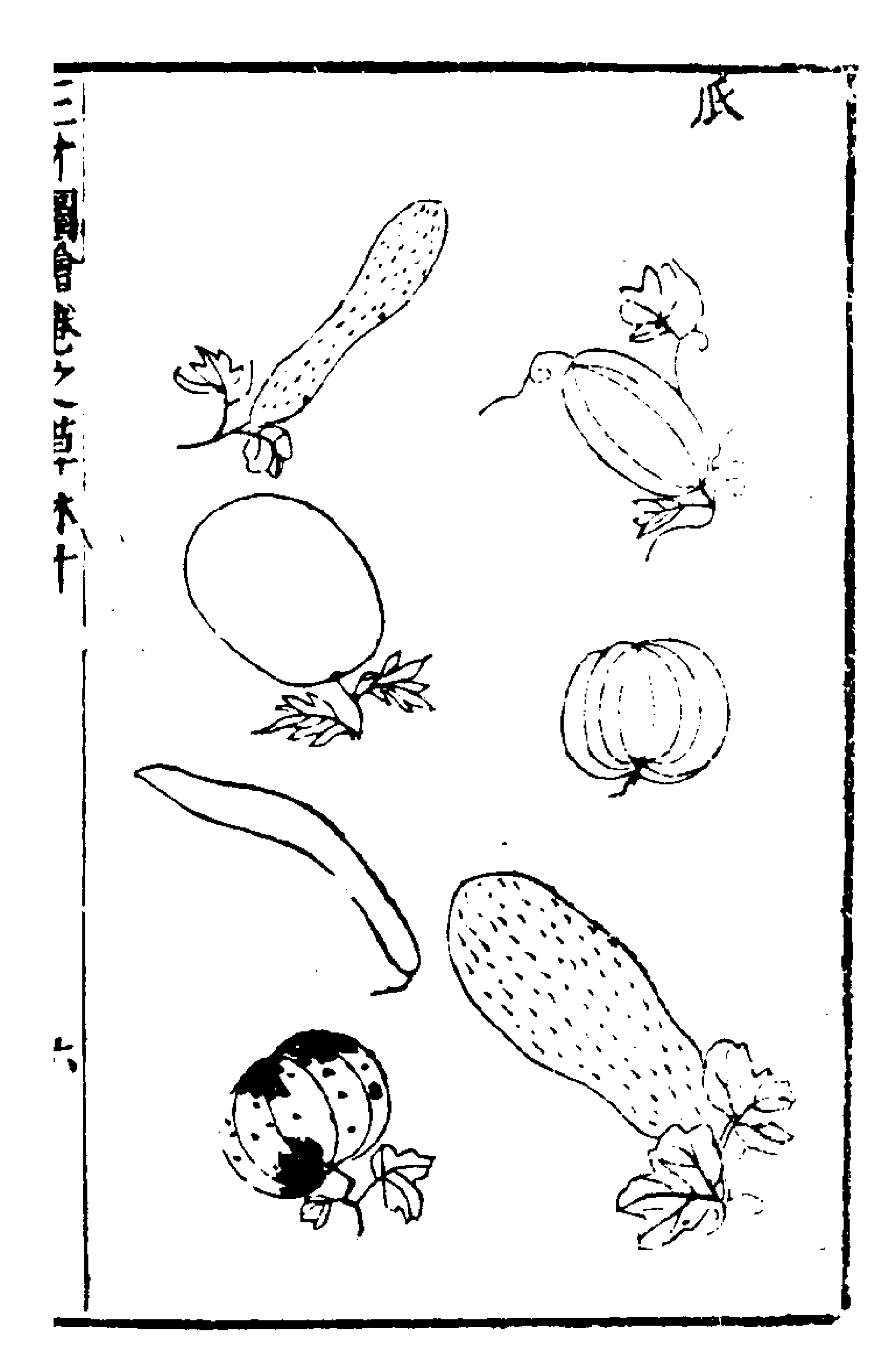
莧

莧生淮陽川澤及田中有六種人莧赤莧白莧紫莧馬莧五色莧馬莧即馬齒莧也人白二莧俱大寒但人莧小而白莧大其子霜後方熟實細而黑主翳目黑花肝風客熱等紫莧莖葉通紫諸莧中此無毒不寒兼主氣痢赤莧亦謂之花莧莖葉深赤根莖亦可糟藏食之性微寒主血痢五色莧今稀有細莧俗謂之野莧


蕪菁

蕪菁

蕪菁及蘆菔南北皆有之蕪菁即蔓菁蘆菔今俗呼蘿蔔蕪菁四時俱有春食苗夏食心亦謂之薹子秋食莖冬食根常食之通中益氣令人肥健嘉話録云諸葛亮所止令兵士獨種蔓菁者取其纔出甲可生啖一也葉舒可煮食二也久居則隨以滋長三也棄不令惜四也回即易尋而採之五也冬有根可斵食六也故三蜀江陵之人呼蔓菁爲諸葛菜


瓜

瓜

瓜處處有之種類甚多入藥當用青瓜蒂七月採陰乾方書所用多入吹鼻及吐膈散中莖主鼻中息肉等葉主無髮楬汁塗之即生花主心痛欬逆肉主煩渴除熱多食則動痼疾又有越瓜色正白生越中胡瓜黃色亦謂之黃瓜西瓜食之去暑又有東瓜食之益人南瓜色微紅非瓜色青二瓜俱有稜食之發痼疾

芥

芥菜

芥菜處處有之似菘而有毛味極辛辣此所謂靑芥也芥之種亦多有紫芥莖葉純紫多作虀者食之最美有白芥子麄大色白如粱米此入藥者最佳其餘南芥旋芥花芥石芥之類皆菜茹之美者非藥品所須大抵南土多芥亦如菘類相傳嶺南無蕪菁有人攜種至彼種之皆變作芥想地氣煖使然耳

菘菜



菘菜

菘菜即白菜南北皆有之與蕪菁相類但梗短葉闊厚而肥痺味甘温無毒主通利腸胃除胸中煩解酒渴楊州一種菘葉圓而大或若箑噉之無滓絶勝他者此所謂白菘也又有牛肚菘葉最大厚味甘紫菘葉薄細味小苦有小毒然能殺魚腥最相宜也多食過度惟生薑能解其性

龍葵

龍葵

龍葵北方有之謂之苦葵葉圓花白實若牛李子生青熟黑但堪煑食不任生噉味苦寒無毒食之解勞少睡去虛熱腫其實赤者名赤珠服之變白令黑

蔥



葱

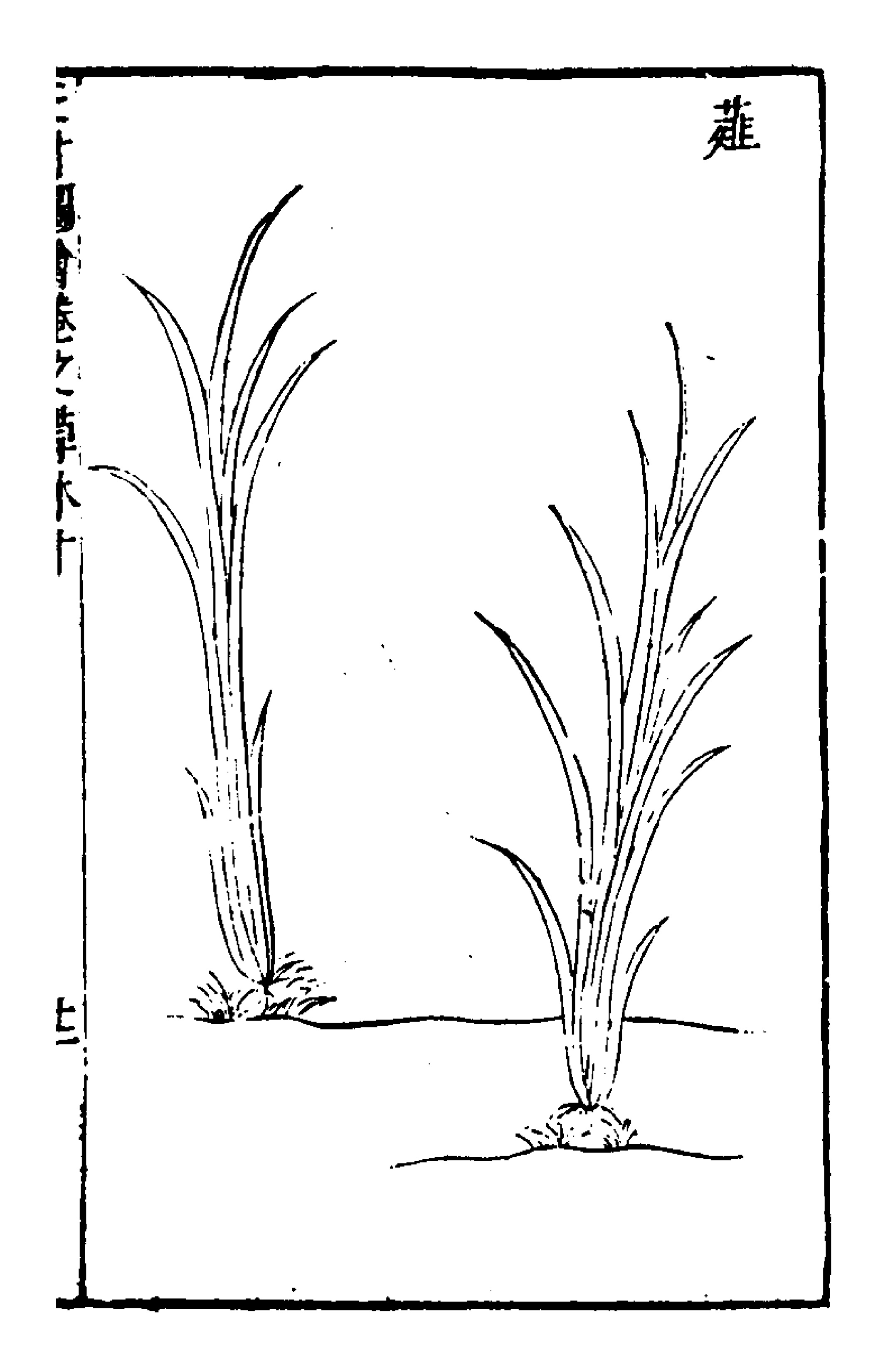
葱處處有之葱有數種入藥用山葱胡葱食品用凍葱漢葱山葱生山中細莖大葉食之香美於常葱一名茖葱爾雅所謂茖山葱是也胡葱類食葱而莖葉微短凍葱氣味最佳一名冬葱又有一種樓葱江南人呼龍角葱言其苗有八角也味辛溫無毒主明目補中其莖葱白主傷寒寒熱出汗骨肉痛喉痺不通安胎除肝邪氣利五藏殺百藥毒葱汁主溺血解藜蘆毒


韭

韭

韭處處有之味辛微酸温無毒歸心安五藏除胃中熱利人可久食子主夢泄精溺白根主養髮又有一種山韭形性亦相類但根白葉如燈心苗爾雅所謂藿山韭也

薙



薤

薤生魯山平澤今處處有之似韭而葉闊多白無實人家種者有赤白二種皆春分蒔之至冬而葉枯味辛苦溫無毒主金瘡瘡敗輕身不飢耐老歸於骨菜芝也除寒熱去水氣溫中散結利病人諸瘡中風寒水腫以塗之薤雖辛而不葷五藏故道家長餌之凡用葱薤皆去青留白云白冷而青熱也

白蘘荷

白蘘荷

白蘘荷荊襄江湖間多種之春初生葉似甘蕉根似薑而肥堪為葅其性好陰在木下生者尤美潘岳閑居賦云蘘荷依陰時藿向陽是也荊楚歲時記曰仲冬以鹽藏蘘荷以備冬儲又以防蠱干寶搜神記云其外姊夫蔣士先得疾下血言中蠱家人密以蘘荷置席下忽大笑曰蠱我者張小也乃收小小走自此解蠱藥多用之有赤白二種白者入藥昔人呼為覆葅赤者堪噉及作梅果多用之

假蘇

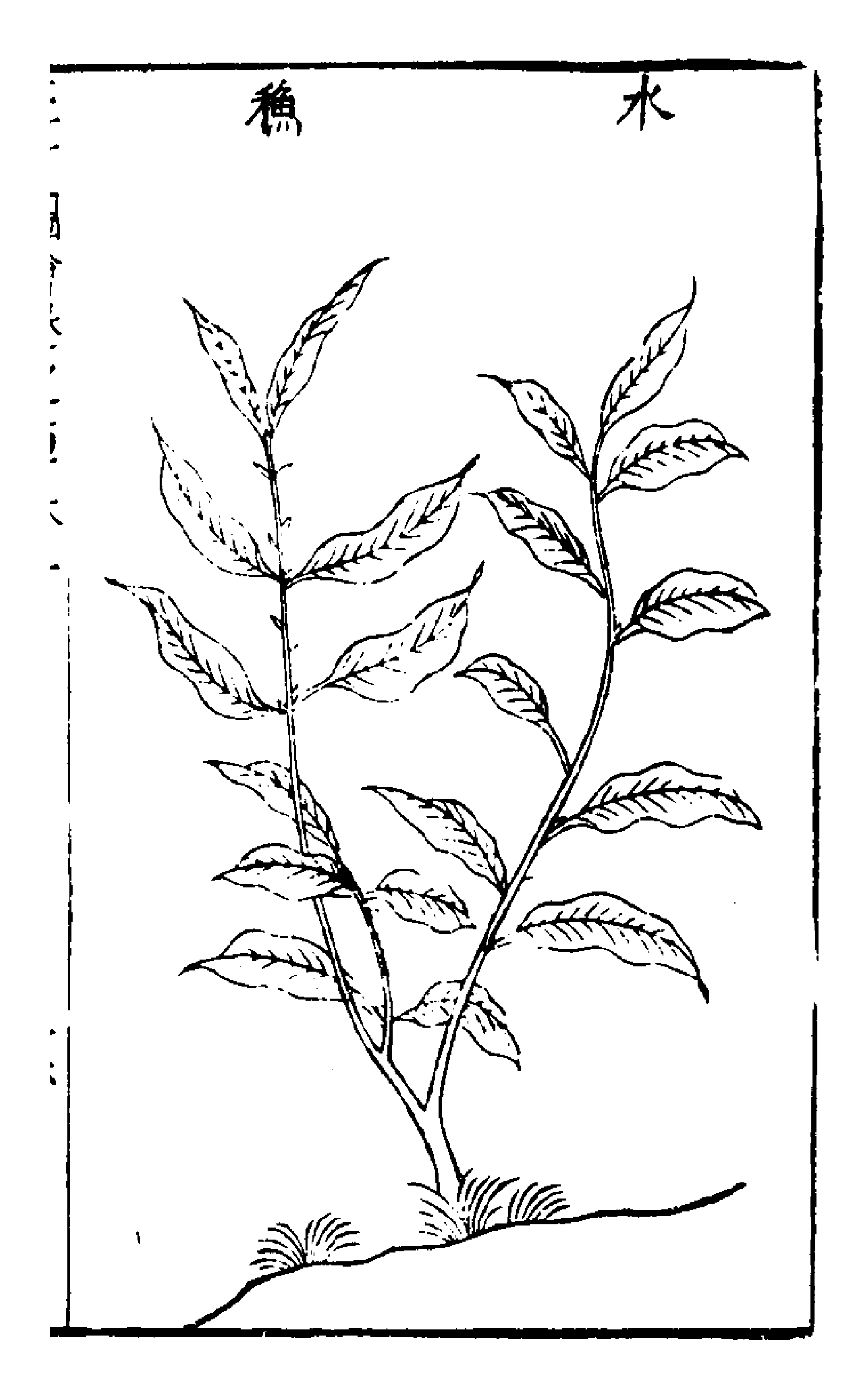
假蘇

假蘇荆芥也生漢中川澤今處處有之初生香辛可啖人取作生菜味辛温無毒主寒熱鼠瘻瘰癧生瘡破結聚氣下瘀血除濕痺並取花實成穗者暴乾入藥一名鼠蓂一名薑芥



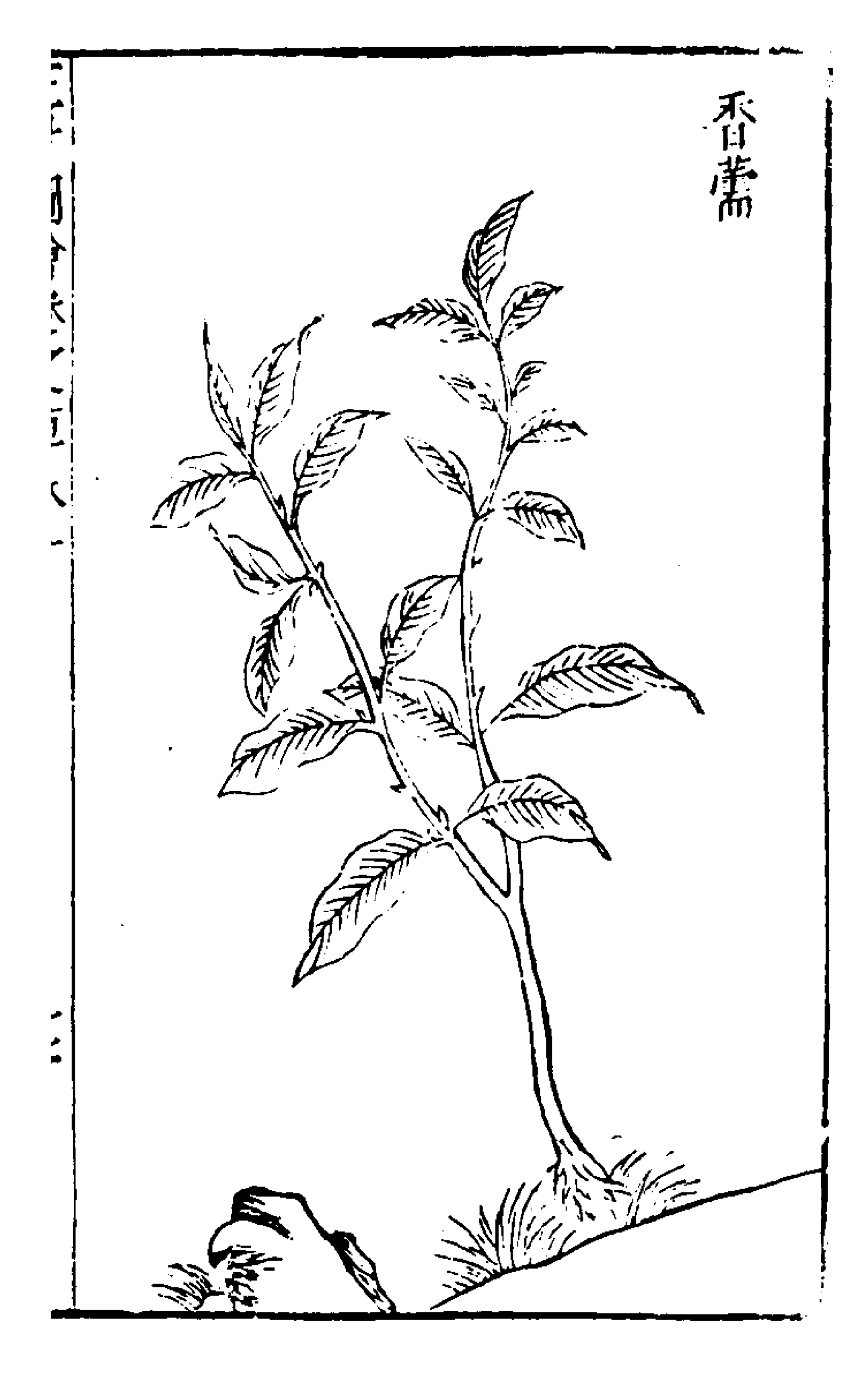
蘇

蘇紫蘇也處處有之葉下紫色而氣甚香夏採莖葉秋採實其莖幷葉通心經益脾胃煑飲尤勝實主止氣欬逆其子尤良


水穌

水蘓

水蘓生九真池澤今處處有之多生水岸傍苗似旋復兩葉相當大香馥味辛微温無毒主下氣殺穀除飲食辟口臭去毒又主吐血衂血血崩一名雞蘓一名勞祖一名芥葅


香薷

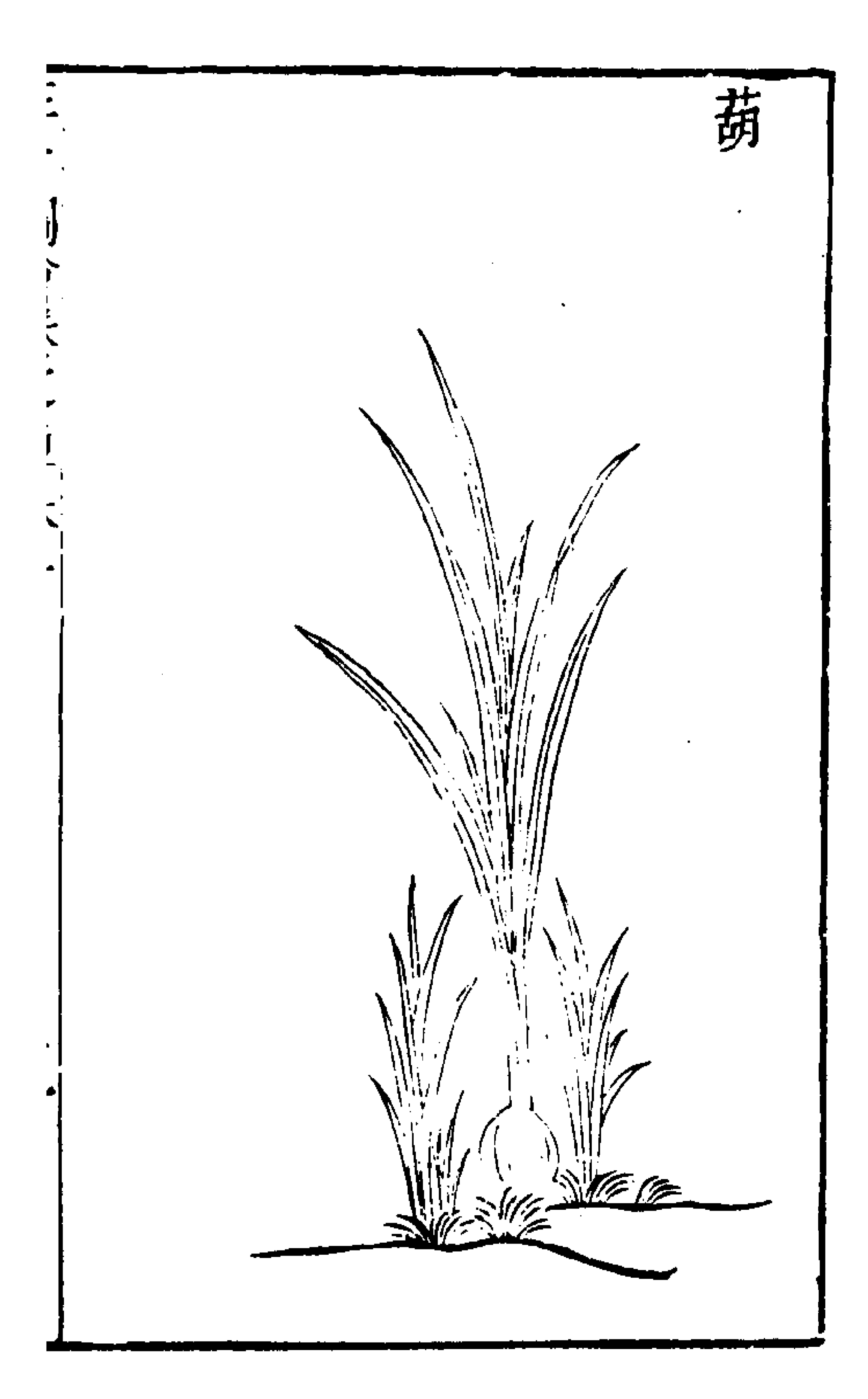
香薷

香薷今所在皆種似白蘇而葉更細十月中採乾之一作香葇俗呼香茸味辛微溫主霍亂腹痛吐下散水腫

薄荷

薄荷

薄荷處處有之莖葉似荏而尖長經冬根不死夏秋採莖葉暴乾用之味辛苦溫無毒主賊風傷寒發汗惡氣心腹脹滿霍亂宿食不消下氣煑汁服亦堪生食飲汁發汗大解勞乏


蒟

葫

葫大蒜也處處有之每頭六七瓣初種一瓣當年便成獨子葫至明年則復其本矣花中有實亦葫瓣狀而小亦可種之五月五日採用味辛溫有毒主散癰腫䘌瘡除風邪殺毒氣久食損目明


蒜即小蒜

蒜

蒜小蒜也處處有之生田野中根苗皆如葫而極細小五月五日採味辛温有小毒歸脾腎主霍亂腹中不安消穀理胃温中除邪痺毒氣一名夏蒜


蘩蔞

蘩蔞

蘩蔞即雞腸草也生南中田野中葉如荇菜而小夏秋間生小白黃花其莖梗作蔓斷之有絲縷又細而中空似雞腸因名味辛平無毒主積年惡瘡不愈

蕺菜

蕺菜

蕺菜味辛微温主䘌螋溺瘡山谷陰處濕地有之作蔓生莖紫赤色葉如蕎麥而微小江左人好生食之然不宜多食令人氣喘發虛弱損陽氣消精髓素有脚弱病尤忌之一啖令人終身不愈關中謂之菹菜者是也

馬蘭頭

馬蘭頭

馬蘭頭本草名馬蘭生澤傍如澤蘭北人見其花呼爲紫菊以其花似菊而紫也苗高一二尺莖赤紫色葉似薄荷葉邊皆鋸齒又似地瓜兒葉微大味辛性平無毒又有山蘭生山側似劉寄奴葉無椏不對生花心微黃赤苗葉可食



茄

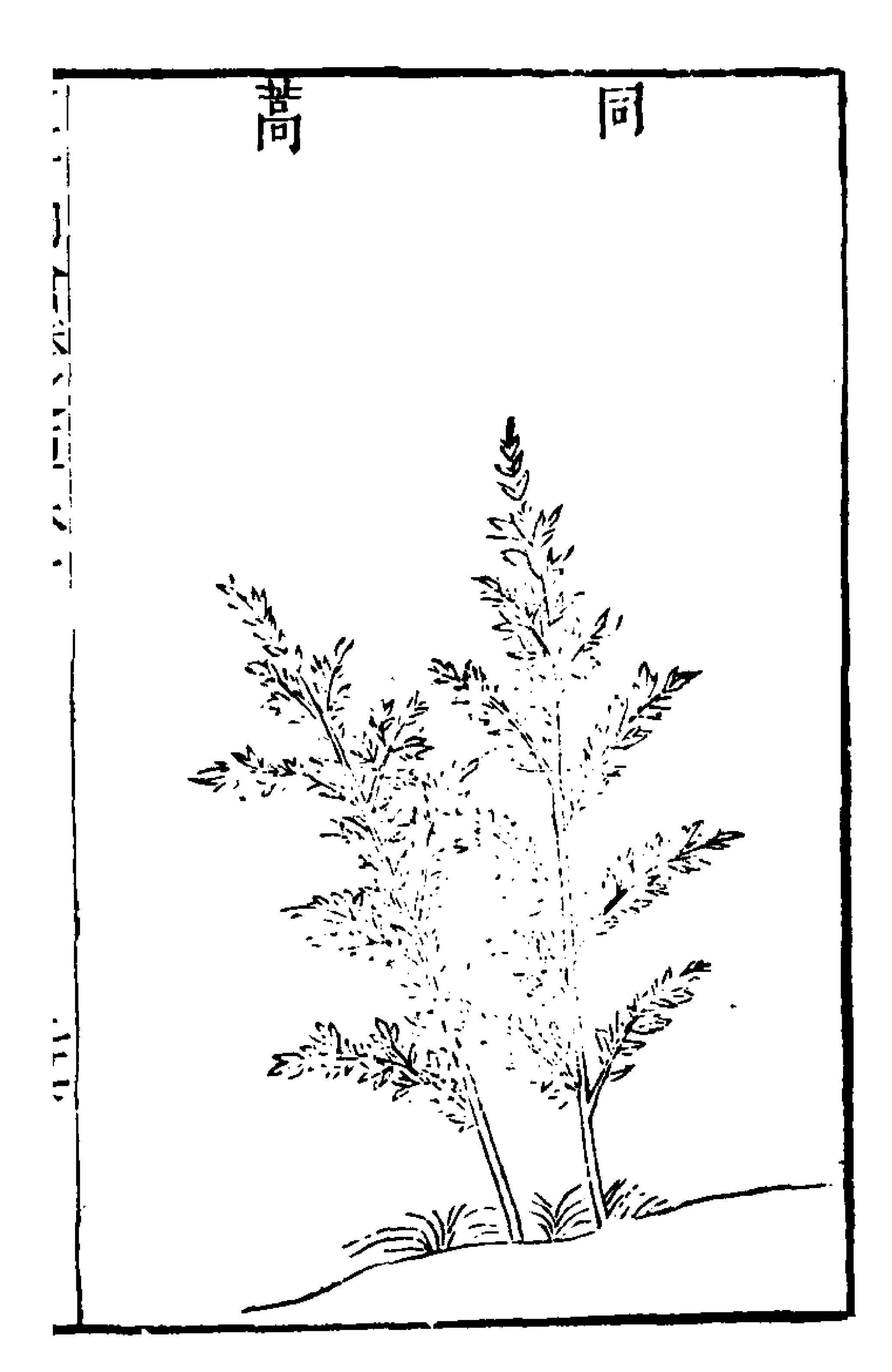
茄

茄處處有之味甘寒多食損人動氣發瘡及痼疾一名落穌有數種紫茄黃茄南北通有之青水茄白茄惟北土多入藥多用黃茄餘惟可作菜茹耳根主凍瘡煮湯浸之

蔴

蕨

蕨虌也生山間根如紫草莖青紫色末如小兒拳周秦曰蕨晉曰虌初生時似虌脚故名味甘寒滑去暴熱利水道人食弱陽小兒食之脚弱不行又薇似蕨而差大有芒而味苦山間人食之謂之迷蕨格物論薇即蕨也


同蒿

同蒿

同蒿平主安心氣養脾胃消水飲又動風氣熏人心令人氣滿又邪蒿似青蒿而細軟味辛温平無毒主胸膈中臭爛惡邪氣利腸胃通血脉續不足氣生食微動風氣


菠菜

菠薐

菠薐本西國中有自彼將其子來如苜蓿葡萄因張騫而至也冷微毒利五藏通腸胃熱解酒毒久食令人脚弱發腰痛與䱇魚同食發霍亂吐瀉

胡荽

胡荽

胡荽味辛温微毒消穀治五藏補不足利大小腸通小腹氣抜四肢熱止頭痛療沙瘮豌豆瘡不出作酒歕之立出久食令人多忘發痼疾子主小兒禿瘡油煎傅之亦主蠱五痔及食肉中毒下血煑冷取汁服并州人呼爲香荽入藥炒用

苜蓿

苜蓿

苜蓿北人甚重此江南人不甚食之味苦平無毒主安中利人根寒主熱病煩滿目黃赤小便黃酒疸擣取汁服一升吐利即愈

萵苣菜



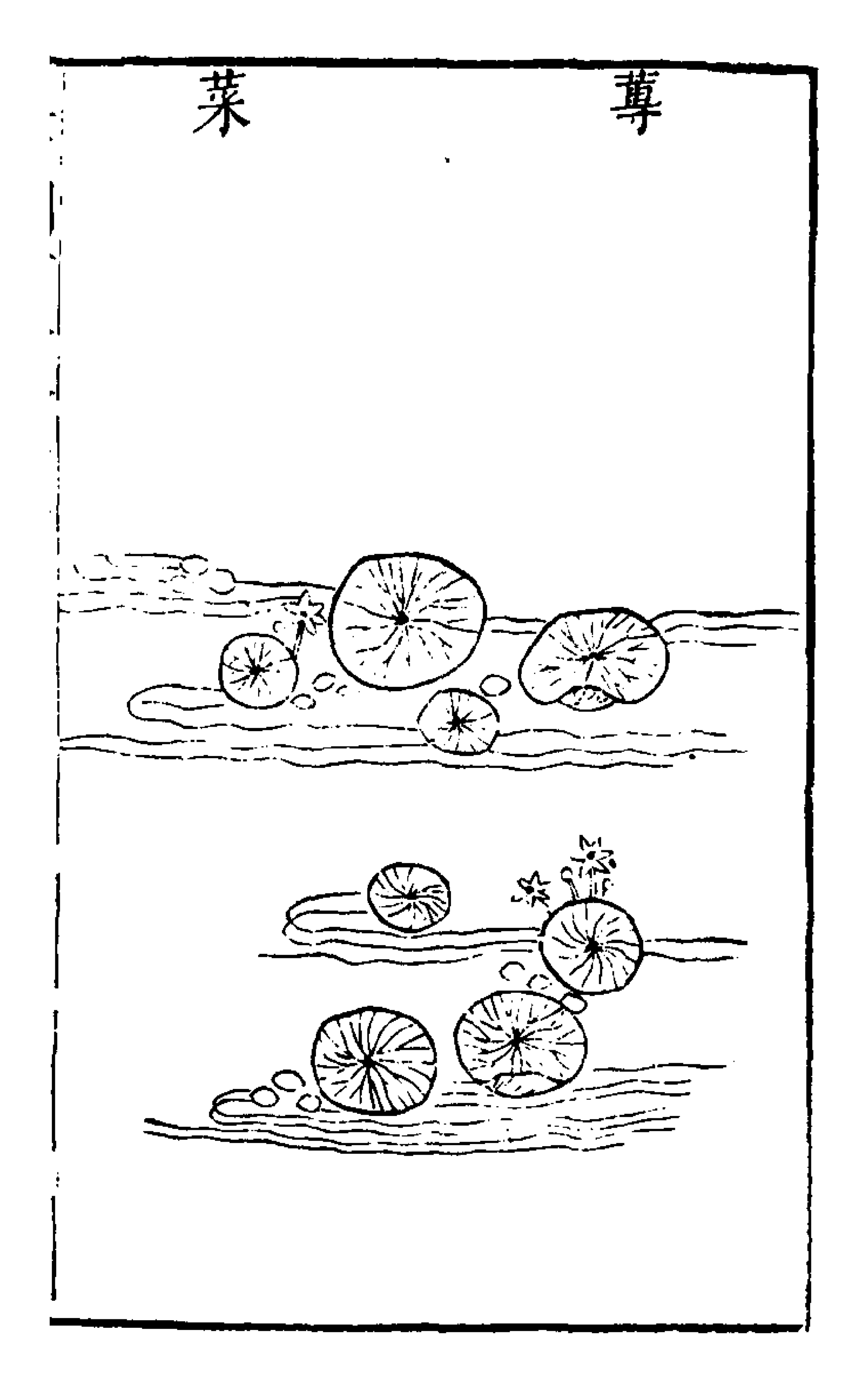
萵苣

萵苣即白苣葉有白毛味苦寒主補筋骨利五藏開胸膈擁氣通經脉止脾氣產後不可食格物總論云萵苣菜有數種又有紫苣有苦苣皆可食即野苣也江外嶺南無白苣嘗植野苣以供厨饌又清異録萵苣名千金菜

鹿角菜

鹿角菜

鹿角菜生海中大寒無毒下熱風氣療小兒骨蒸熱勞丈夫不可久食發痼疾損經絡血氣令人脚冷痺損腰腎少顏色


蓴菜

蕁

蕁生水中葉似莧葵浮水上花黄白子紫色三月至八月莖細如釵股黄赤色短長隨水深淺而名爲絲蕁堪啵九月十月漸麄硬十一月萌在泥中麄短名塊蕁味甘寒無毒主消渴熱痺多食發痔損人胃及齒和醋食令人骨痿

又石蕁生南海石上味甘平無毒下水利小便


瓠

瓠

瓠有苦有甘有三四種處處有之苦者入藥主黄疸大水面目四肢浮腫下水令人吐甘者可食能發瘡疾亦不宜多食

穭豆

藊豆

藊豆處處有之多種於籬落間蔓延而上花有紫白二色其實亦有黑白二種白者溫而入藥主行風氣女子帶下兼殺一切草木及酒毒亦解河魨毒葉主吐痢後轉筋生擣研以酢浸汁飲之立止黑色者微冷

甜菜

甜菜

甜菜即菾菜苗似升麻處處有之味甘苦大寒主時行壯熱解風熱毒

紫豇豆

紫豇豆

紫豇豆苗人家園圃中種之莖葉與刀豆同但結角色紫長尺許味微甜苗葉豆皆可食


刀豆

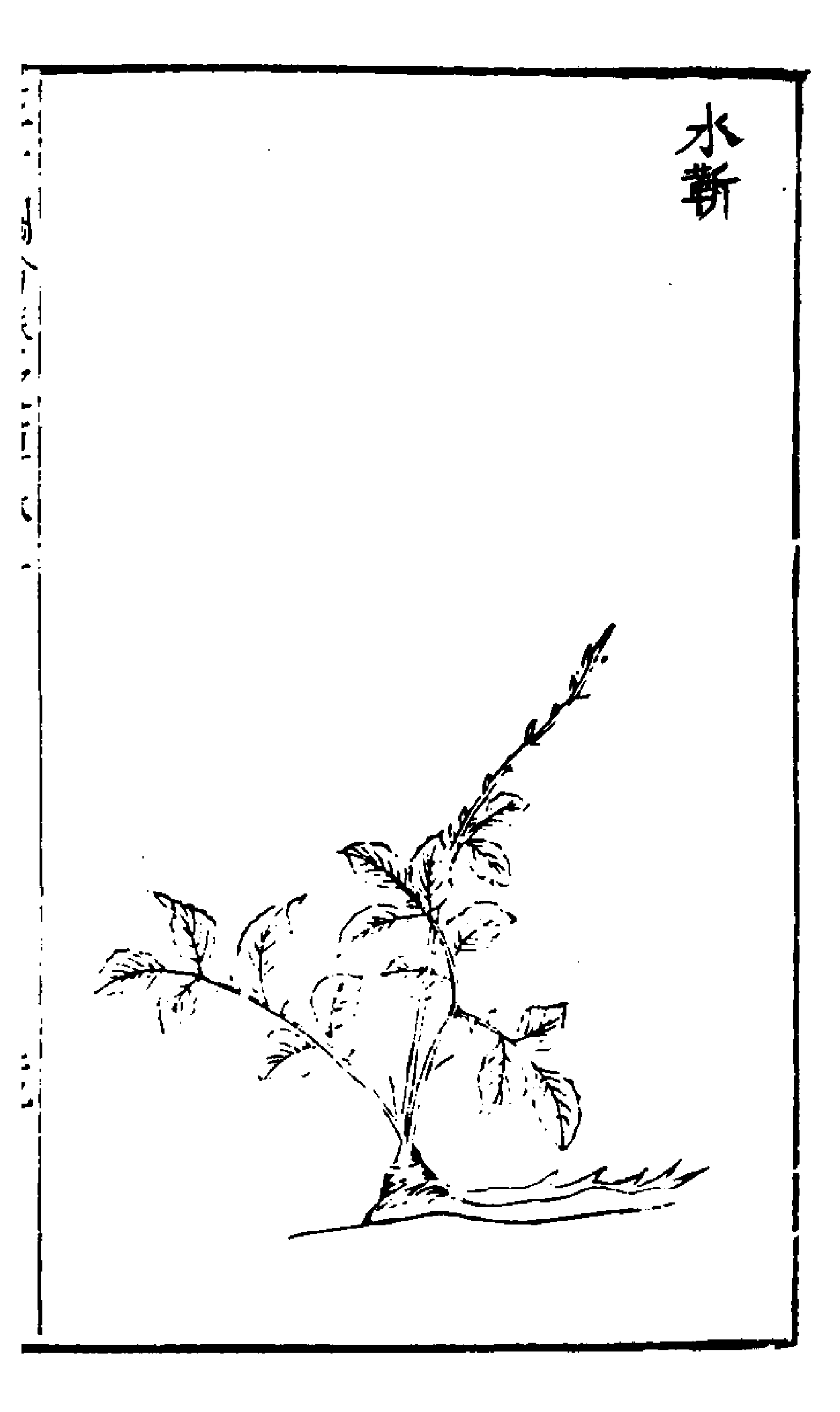
刀豆

刀豆苗葉似豇豆葉微大開淡粉紅花結角如皂角狀而長似屠刀樣故以名之味甜微淡苗葉豆皆可食

苦蕒

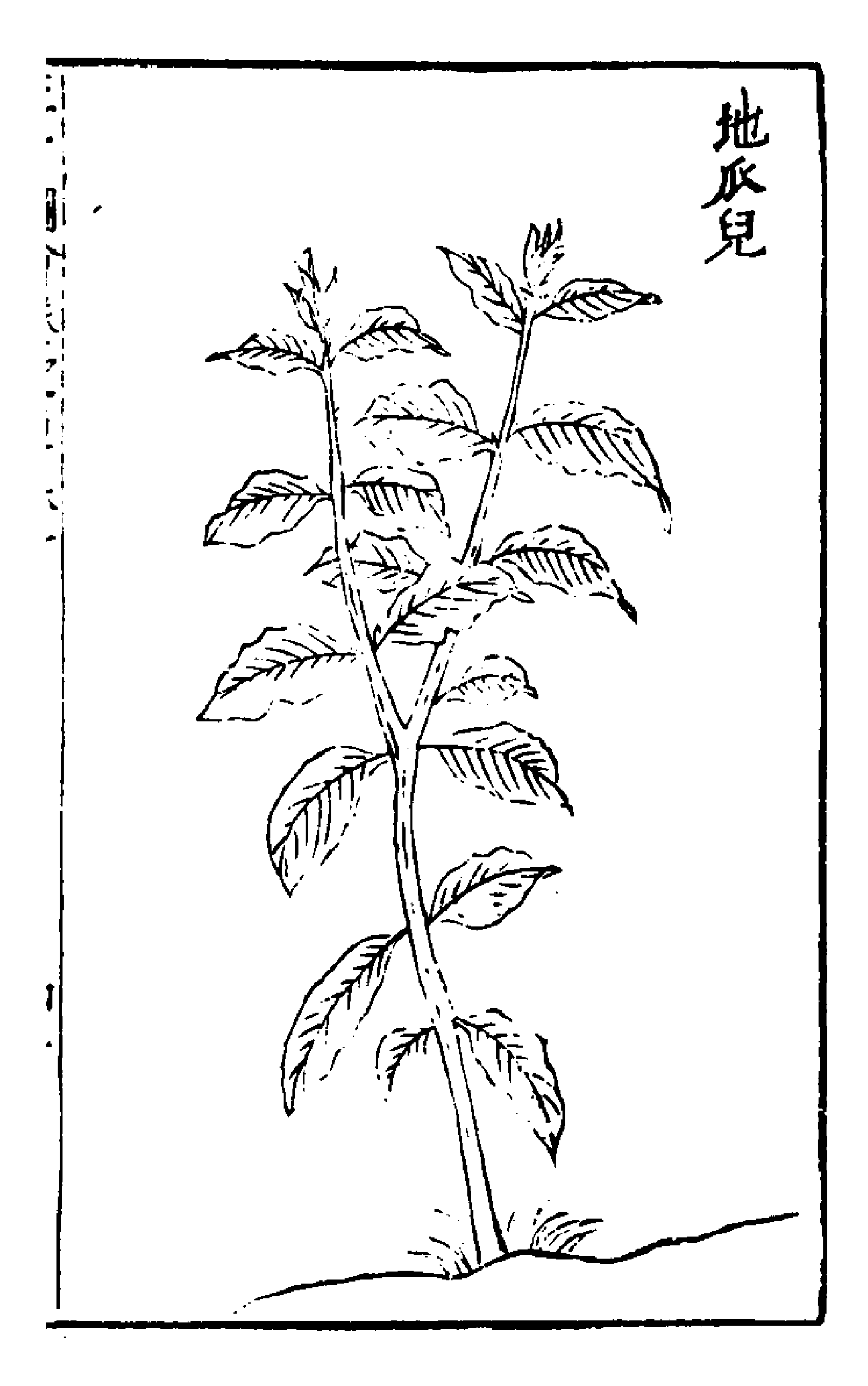
苦蕒葉

苦蕒葉俗名老鸛菜所在有之冷無毒治面目黃強力止
困傳蛇虫咬又汁傳疔腫即根出


水蔪

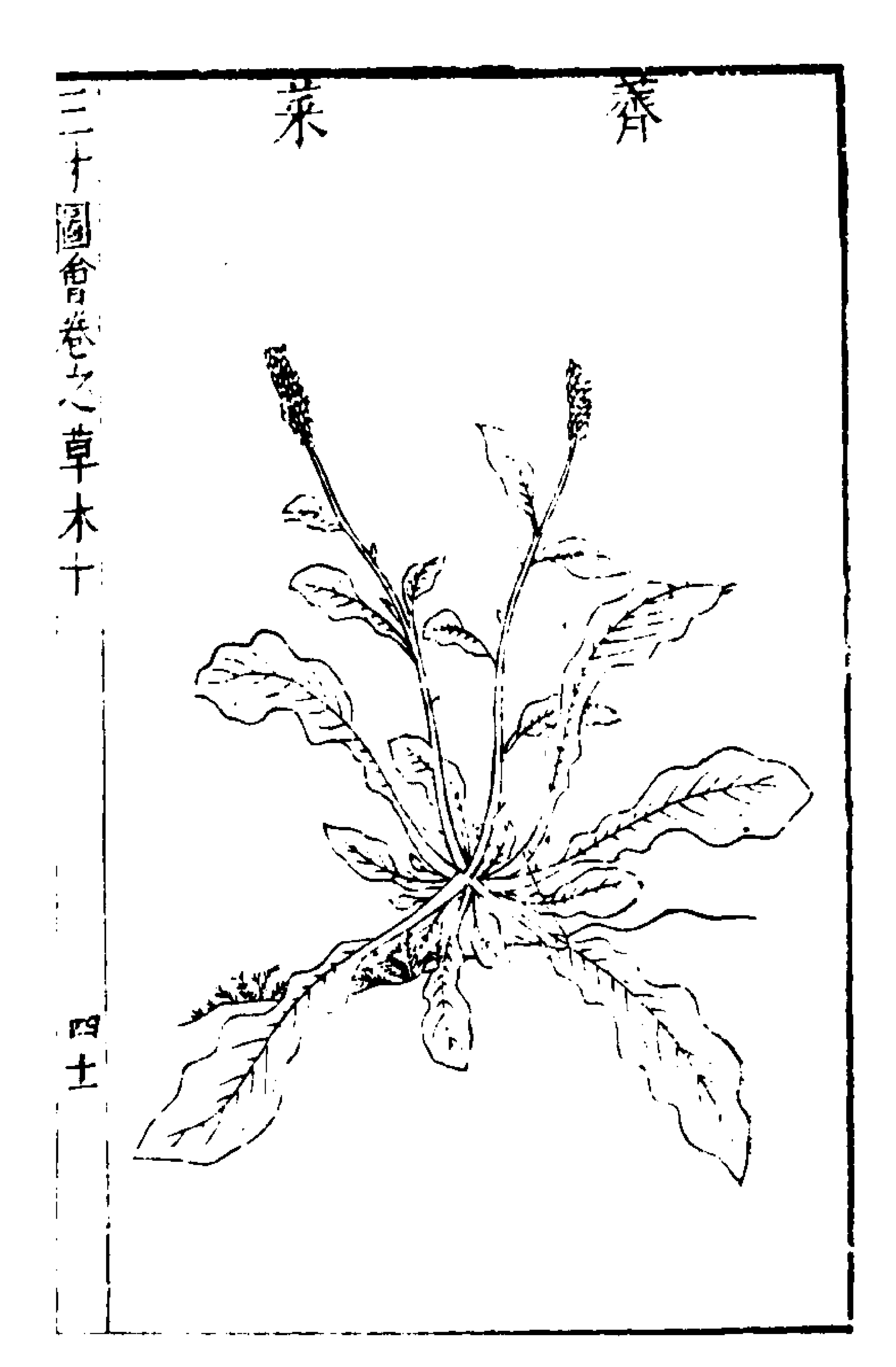
水蘄

水蘄俗作芹菜一名水英生南海池澤二月三月作英時可作葅蕖似芎藭花白色而無實根亦白色味甘平無毒主女子赤沃止血養精保血脉益氣令人肥健嗜食


地瓜兒

地瓜兒

地瓜兒苗高一二尺餘莖方四楞葉似薄荷葉微長大又似澤蘭葉梢莖而生根名地瓜形類甘露兒更長味甘苗根可食


薺菜

薺菜

薺菜生平澤中苗搨地生作鋸齒葉開小白花細實味甘温無毒主利肝氣和中實亦呼菥蓂子主壅去風毒邪氣明目解熱毒其花置席下可辟虱

蔄蒿



蔄蒿

蔄蒿苗高二尺餘莖幹似艾其葉細長鋸齒葉布莖而生味微苦性微溫苗葉可食

鵞兒腸



鵞兒腸

鵞兒腸就地叢生而長對節生葉葉似豌豆葉而薄又似佛指甲葉微觕葉間分生枝叉開白花結子似葶藶子其葉味甜苗葉可食

佛指甲

佛指甲

佛指甲科苗高一二尺莖微帶赤黃色其葉淡綠背皆微帶白色葉如長匙頭樣似黑豆葉而微寬又似鵞兒腸葉甚大皆兩葉對生開黃花結實形如連翹微小中有黑子如小粟粒其葉甜可食

蛇葡萄

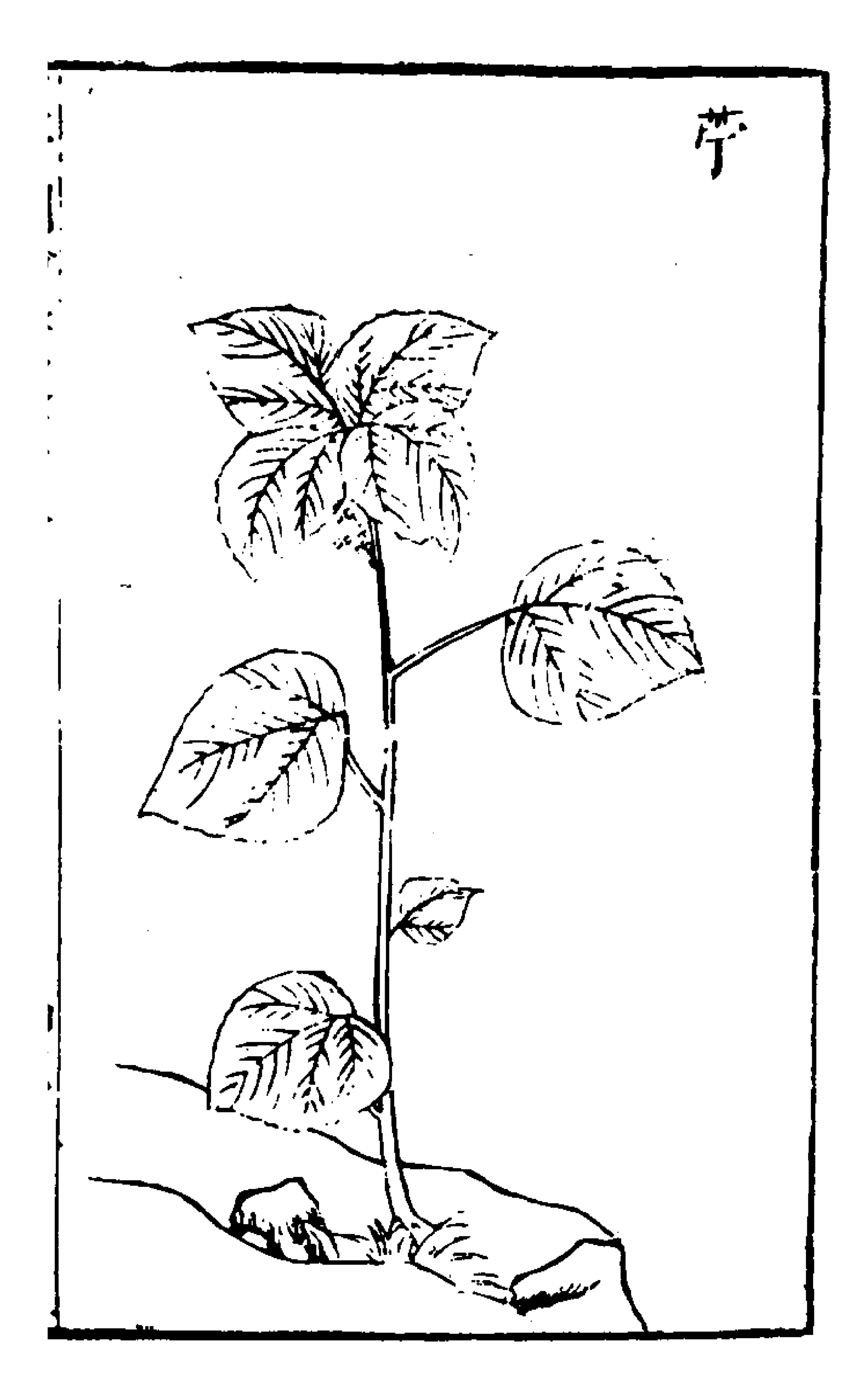
蛇葡萄

蛇葡萄生荒野中拖蔓而生葉似菊葉而小花叉繁碎又似前胡葉亦細莖葉間開五瓣小銀褐花結子如豌豆大生青熟則五色茵葉味甜可食

鐵掃帚

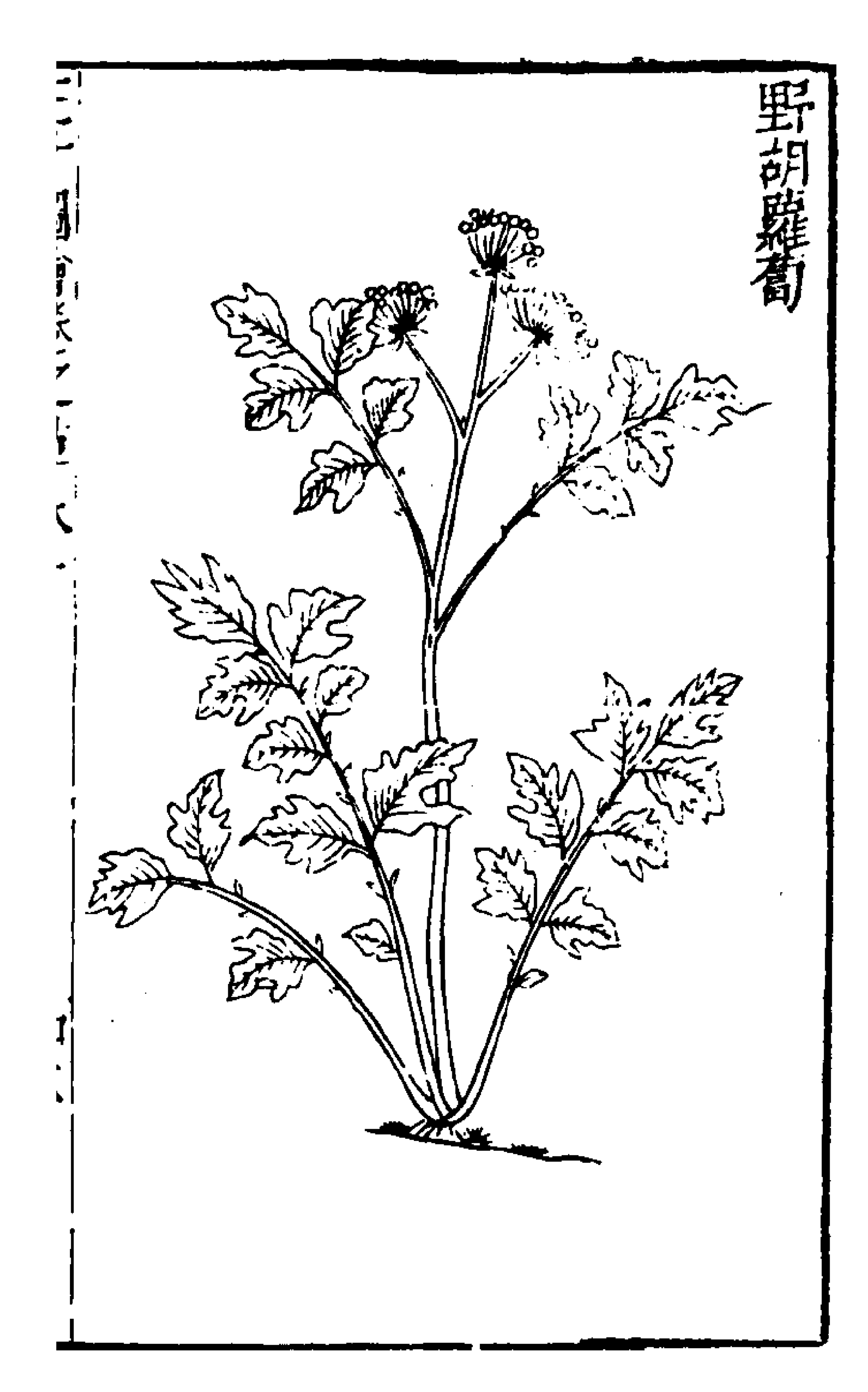
鐵掃帚

鐵掃帚生荒野中就地叢生一本二三十莖苗高三四尺葉似苜蓿葉而細長開小白花其葉味苦以水浸去苦味可作菜食


苧

苧

苧苗高七八尺一科十數莖葉如楮葉葉而不花又面青背白上有短毛又似蘓子葉其葉間出細穗花如白楊而長每一朶凡十數穗花青白色子熟茶褐色其根黄白色如手指麄宿根地中至春自生荊楊中一歲二三割剥其皮以竹刀刮其表厚處自脫得裏如筋者煑之用緝以苧近蠶種之則蠶不生根味甘性寒可食


野胡蘿蔔

野胡蘿蔔

野胡蘿蔔苗葉似家胡蘿蔔俱細小葉間攛生莖叉稍頭開小白花衆花攢開如傘蓋狀比蛇床子花頭尤大結子比蛇床亦大其根比家胡蘿蔔尤細小味甘可食


野山藥

野山藥

野山藥安藤而生其藤似葡萄條稍細藤頗紫色其葉似家山藥葉而大微尖根比家山藥極細瘦甚硬其皮色微赤味微甜性温平無毒根可食

雞腿兒

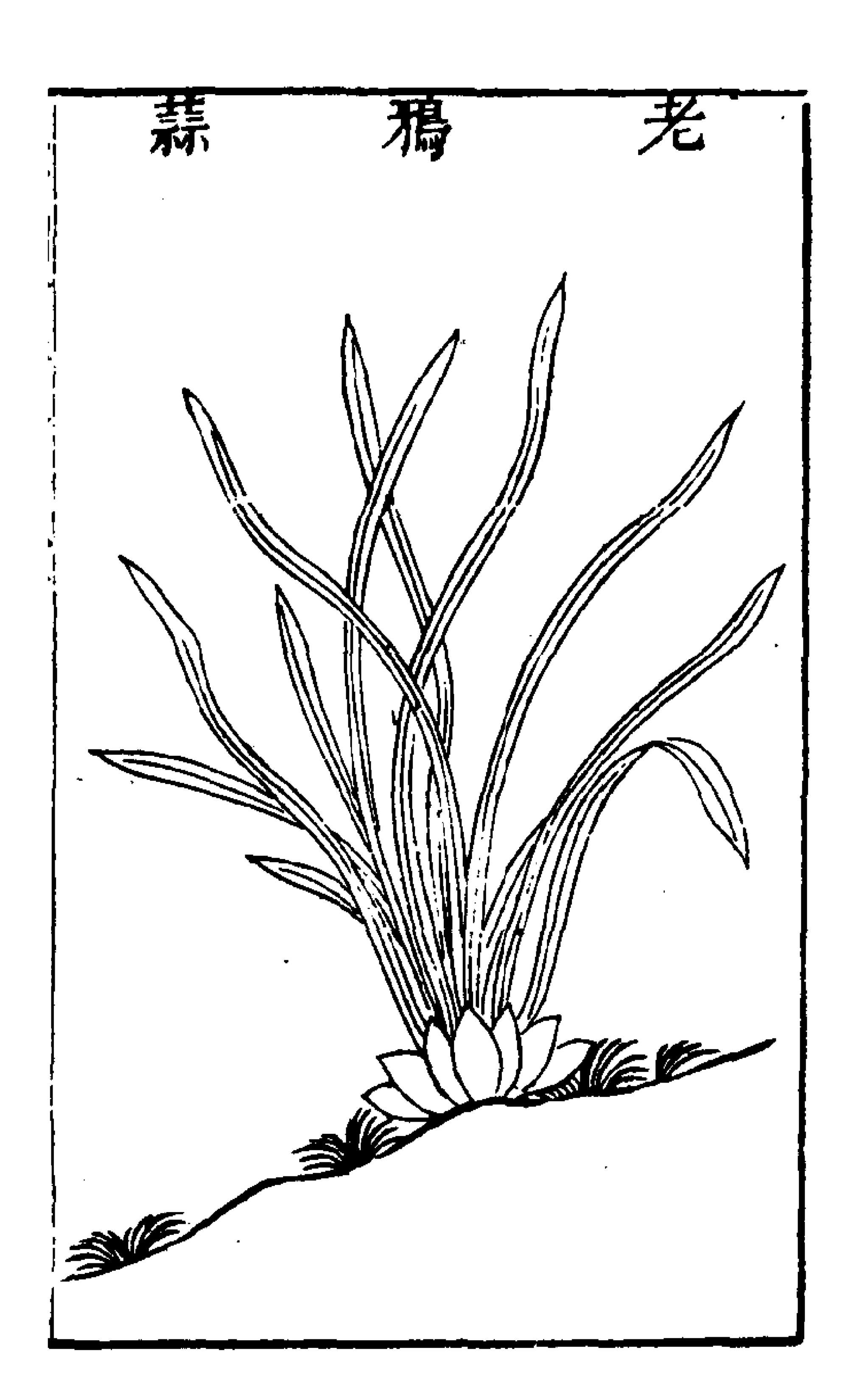
雞腿兒

雞腿兒一名䌷白草苗高七八寸細長鋸齒葉硬厚背白其葉似地榆葉而細長開黄花根如指大長三寸許皮赤内白兩頭尖艄味甜可食


絲瓜

絲瓜

絲瓜苗人家園籬邊種之延蔓而生葉似栝蔞葉而花又大每葉間出一絲藤纏附草木上莖葉間開五瓣大黃花結瓜形如黃瓜而大色青嫩時可食老則去皮內有絲縷可以擦洗油膩器皿味微甜


老鴉蒜

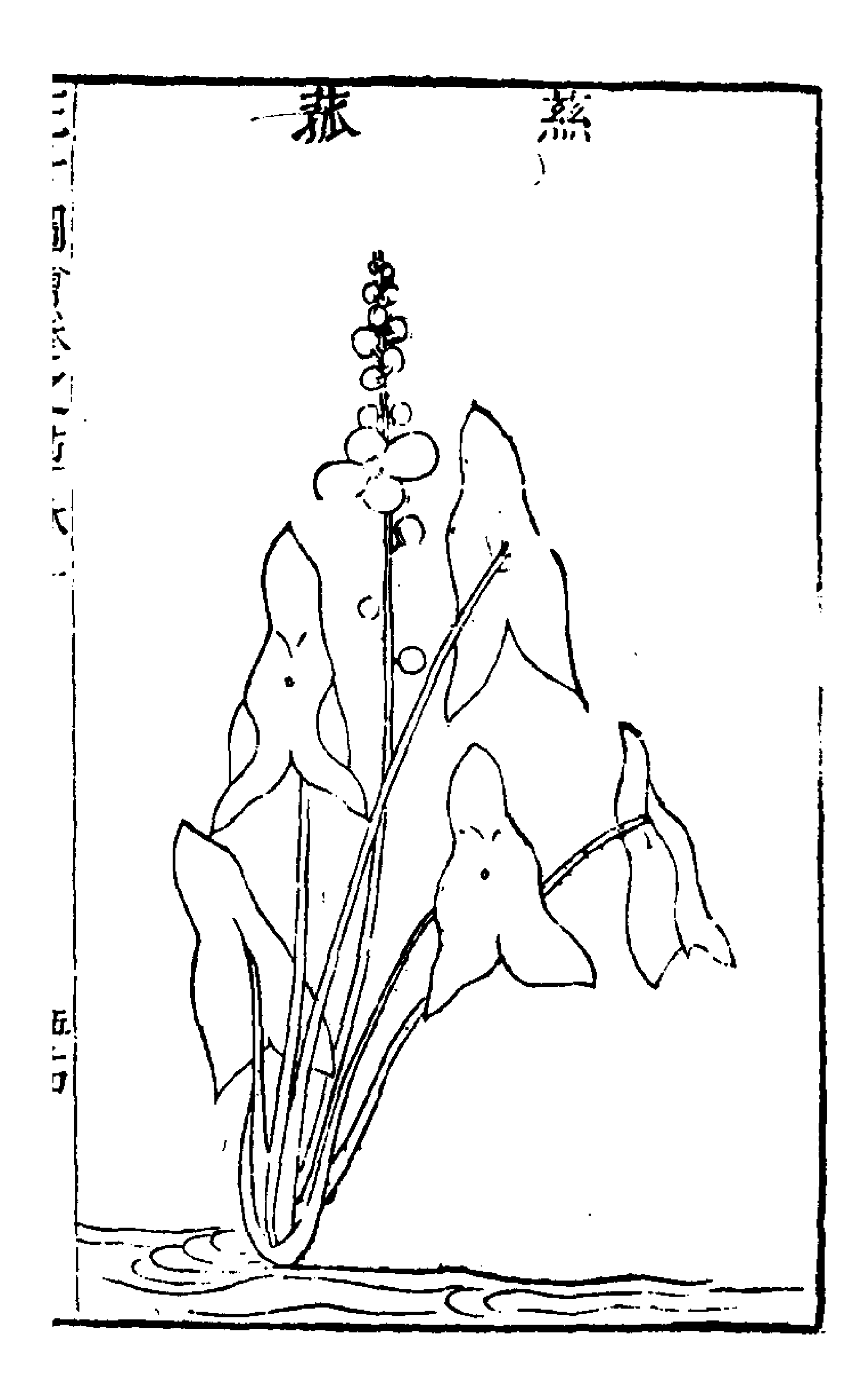
老鴉蒜

老鴉蒜生水邊下濕地中其葉直生出土四垂葉狀似蒲而短背起劒脊其根形如蒜瓣味甜可食


甘露

甘露

甘露子一名玉環菜冬月取根煑食味甘而美


慈菰

慈菰

慈菰生江河及江東近水河溝沙磧中味甘微苦寒無毒葉如剪刀形莖幹似嫩蒲又似三稜苗甚軟其色深青綠每叢十餘莖内抽出一二莖上分枝開小白花四瓣蕋深黄色根大者如杏小者如栗杏核色白而瑩滑五月六月七月採葉正月二月採根一名剪刀草一名白地栗一名河鳧茨

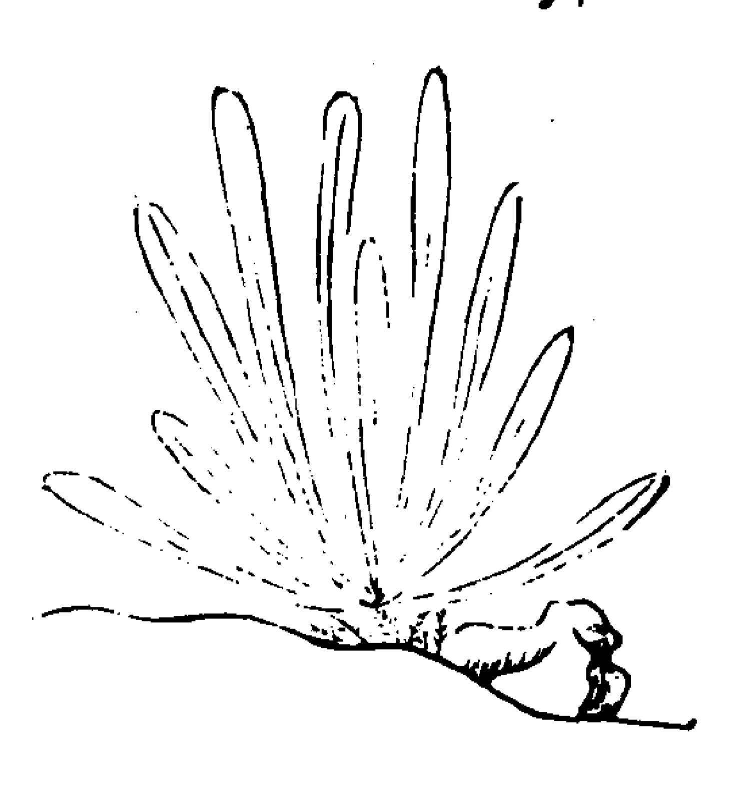
芋

芋

芋處處有之蜀川出者形圓而大狀若蹲鴟謂之芋魁江西閩中出者形長而大葉皆相類其細者如卵生於大魁傍食之尤美味辛平主寬腸胃充肌膚滑中一名土芝

大藕兒根如藕而小
煑熟食枝葉不可食

野落籬二月三月採嫩頭湯淖過鹽醋和食



眼子菜六七月採生水澤中青葉背紫色莖柔滑而細長可數尺湯淖曬乾再泡醯醬拌食

浮薔入夏生水中六七月採
取湯淖晒乾再泡鹽炒拌食
或醬醋拌食生食亦可

牛尾温生深水中葉如髮莖如藻冬月和魚煑食夏秋亦可

水萊秋生水田狀類白萊香油椒鹽拌食

狗腳跡霜降時
生葉如狗腳印
故名香油鹽炒
食

烏藍擔烏大也
村人呼大爲烏
此菜但宜熟食

碎米薺三月採
之止可作虀

燈鵞兒二月採洗
淨香油椒鹽炒食

